

绪 论	1
一、中国古代两大经济文化类型	1
二、游牧民族的界定	3
三、中国古代游牧文化的类型	4
四、相关研究现状	5

第一章 青海游牧社会历史演进的地理环境背景 11

第一节 自然地理分区与青海游牧社会的历史演进	12
一、青海的自然地理分区及历史沿革	12
二、自然地理环境对青海游牧社会的影响	20
第二节 区位地理与青海游牧社会的历史演进	25
一、河湟地区的区位及对游牧社会的影响	26
二、区位地理对游牧社会和中原地区商品交换的影响	33

第二章 青海游牧社会起源的考古学研究 40

第一节 青海境内的新石器时代考古学文化	41
一、中石器时代的拉乙亥遗址	41
二、马家窑文化遗址	42
三、宗日文化遗址	44
四、齐家文化遗址	45
第二节 青海境内的青铜时代考古学文化	47
一、卡约文化遗址	47
二、辛店文化遗址	50
三、诺木洪文化遗址	51

第三节 柳湾遗址与青海古代文明探索	53
一、柳湾遗址的文化内涵	53
二、出土文物与柳湾先民的日常生活	57
三、彩陶造型纹饰与柳湾先民的精神生活	59
四、柳湾彩陶单体符号与文字的起源	62
第四节 本章的几点结论	63
第三章 秦汉魏晋时期的青海游牧社会	65
第一节 羌人游牧社会对青海历史的影响	65
一、先秦时期的羌人活动	66
二、两汉时期的羌汉关系	70
三、河湟羌人的社会组织结构及风俗文化	80
四、羌人对青海畜牧业发展的“首创”之功	83
四、本节的几点结论	90
第二节 吐谷浑西迁后与鲜卑文化的历史分野	91
一、吐谷浑的西迁历程	91
二、吐谷浑部建国及其发展	97
三、吐谷浑与慕容鲜卑的历史分野	108
四、吐谷浑对丝绸之路的维护与开发	118
五、吐谷浑路上的政治经济交流	122
六、经行吐谷浑路的中外僧侣	126
七、本节的几点结论	130
第三节 南凉政权在青海的开拓和发展	131
一、南凉国的建立与发展	132
二、南凉国的强盛与覆亡	140
三、游牧传统对南凉政权的影响	142
第四章 隋唐两宋时期的青海游牧社会	145
第一节 唐与吐蕃对青海的开发及影响	145
一、吐蕃的崛起与东进	146
二、唐蕃双方对青海的争夺	154

三、唐与吐蕃对青海地区的农牧业开发	159
四、本节的几点结论	170
第二节 青唐吐蕃政权时期青海游牧社会的发展	170
一、唐末五代时期的青海局势	171
二、唃厮啰与青唐吐蕃政权的建立	175
三、唃厮啰政权与西夏及北宋的关系	180
四、唃厮啰政权对青海的经济开发及影响	191
五、唃厮啰政权时期佛教的兴盛	204
六、本节的几点结论	206
第五章 元明清时期的青海游牧社会	207
第一节 元明清时期青海民族分布格局的形成	207
一、青海蒙古族的来源及分布	208
二、青海土族的形成与分布	210
三、青海回族的来源与分布	212
四、青海撒拉族的来源及分布	214
第二节 清代青海蒙藏部落的地域分布及其畜牧业经济	215
一、罗卜藏丹津事件与清廷对蒙藏部落的管理	216
二、清代青海蒙藏分布格局的变化	219
三、清代青海蒙藏社会的畜牧业经济	224
第六章 游牧社会与河湟地区城镇体系的形成	228
第一节 明代以前河湟城镇体系的发展变化	228
一、两汉魏晋时期的青海城镇体系的滥觞	228
二、南凉与吐谷浑对青海城镇体系的推动	231
三、隋唐宋元时期的青海城镇体系的发展	232
第二节 明清时期青海城镇体系的定型	234
一、明政府对河湟地区的统治方略	235
二、明政府的统治方略对河湟地区城镇体系的推动	244
三、明代以后青海城镇体系的发展	251

第七章 佛教对青海游牧社会的历史影响	256
第一节 明代以前佛教在青海的传播与发展	256
一、佛教在青海的早期传播	256
二、佛教在吐蕃地区的弘传	257
三、吐蕃王朝崩溃以后佛教在青海的发展	260
四、元代的藏传佛教政策及青海藏传佛教寺院的广泛建立	262
第二节 明清时期甘青地区藏传佛教的发展	267
一、明政府的藏传佛教政策	267
二、明代藏传佛教在青海蒙藏游牧社会中的发展	271
三、清代藏传佛教在青海蒙藏游牧社会中的发展	274
第三节 本章的几点结论	276
参考文献	278